

1-4 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-1	10-17
190/95	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26	78-07
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	9-11
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-65
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-718, Белки-24, Жиры-48, Углеводы-45	100-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	16-95
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-87
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	42-94
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	5-04
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	11-12
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
34	Батон нарезной бпл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	4-14
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-765, Белки-19, Жиры-24, Углеводы-98	100-00
Итого за день		Калорийность-1 483, Белки-43, Жиры-72, Углеводы-143	200-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



ОВЗ и инв. 1-4 классы 7-11 лет Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс (1 и 2 смена)</u>			
60	Икра свекольная бпл пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-03
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-87
210/105	Жаркое со свининой бпл пф	Калорийность-693, Белки-24, Жиры-53, Углеводы-29	86-28
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-67
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-1 010, Белки-30, Жиры-62, Углеводы-79	119-99
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-67
300	Апельсин бпл	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24	54-00
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-317, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-45	84-68
Итого за день		Калорийность-1 327, Белки-42, Жиры-72, Углеводы-124	204-67

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



ОВЗ и инв. 5-11 классы от 12 лет Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс (1 и 2 смена)</u>			
100	Икра свекольная бпл пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-39
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-34
220/110	Жаркое со свининой бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	90-40
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
26,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-25
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-1 110, Белки-33, Жиры-69, Углеводы-87	132-52
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-67
300	Апельсин бпл	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24	54-00
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-317, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-45	84-68
Итого за день		Калорийность-1 427, Белки-45, Жиры-79, Углеводы-132	217-20

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Кич Котомчина Т.А.

Калькулятор Б Брованова Н.В.



1-4 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-1	10-17
190/95	Жаркое со свининой бпл пф	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26	78-09
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	9-11
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-63
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-718, Белки-24, Жиры-48, Углеводы-45	100-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	16-95
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-87
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	42-95
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	5-04
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	11-12
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
33,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	4-13
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-765, Белки-19, Жиры-24, Углеводы-98	100-00
Итого за день		Калорийность-1 483, Белки-43, Жиры-72, Углеводы-143	200-00

Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.



Многодетные 1-4 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-1	10-17
220/110	Жаркое со свининой бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	90-42
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	9-11
32	Батон нарезной бпл	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	3-90
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-840, Белки-28, Жиры-56, Углеводы-55	113-60
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	28-25
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-87
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	42-95
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	5-04
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	13-35
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
34,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	4-20
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-813, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-106	113-60
Итого за день		Калорийность-1 653, Белки-48, Жиры-81, Углеводы-161	227-20

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  Брованова Н.В.



Многодетные 1-4 классы Чапл.59 /аллергия

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	20-34
200/100	Жаркое со свиной бпл иф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	82-20
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	8-20
26	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	2-86
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-755, Белки-26, Жиры-51, Углеводы-47	113-60
Итого за день		Калорийность-755, Белки-26, Жиры-51, Углеводы-47	113-60

Директор _____

Потеряева Л.В.

Шеф-повар _____

Шаланова Е.Е.

Калькулятор _____

Брованова Н.В.



Многодетные, СВО 5-11 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-1	10-17
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	82-20
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	9-11
29	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-52
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-767, Белки-25, Жиры-51, Углеводы-50	105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	16-95
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-34
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	42-95
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	5-04
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	13-35
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
28	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-43
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-815, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-105	105-00
Итого за день		Калорийность-1 582, Белки-44, Жиры-77, Углеводы-155	210-00

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  Брованова Н.В.



ОВЗ и инв. 1-4 классы 7-11 лет Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс (1 и 2 смена)</u>			
60	Икра свекольная бпл пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-03
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-87
210/105	Жаркое со свининой бпл пф	Калорийность-693, Белки-24, Жиры-53, Углеводы-29	86-31
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
29,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-64
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-1 010, Белки-30, Жиры-62, Углеводы-79	119-99
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-67
300	Апельсин бпл	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24	54-00
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-317, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-45	84-68
Итого за день		Калорийность-1 327, Белки-42, Жиры-72, Углеводы-124	204-67

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  Брованова Н.В.



ОВЗ и инв. 1-4 классы от 12 лет Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс (1 и 2 смена)</u>			
100	Икра свекольная бпл пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-39
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-34
230/115	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-759, Белки-27, Жиры-58, Углеводы-32	94-53
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
20,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-53
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-1 129, Белки-34, Жиры-71, Углеводы-85	135-93
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
40	Батон нарезной бпл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-90
300	Апельсин бпл	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24	54-00
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-377, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-50	94-44
Итого за день		Калорийность-1 506, Белки-49, Жиры-84, Углеводы-135	230-37

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

ОВЗ и инв. 5-11 классы 7-11 лет Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс (1 и 2 смена)</u>			
60	Икра свекольная бпл пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-03
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-87
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	82-20
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
22	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-68
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-959, Белки-29, Жиры-60, Углеводы-74	114-92
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-67
255	Апельсин бпл	Калорийность-96, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	45-90
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-300, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-42	76-58
Итого за день		Калорийность-1 259, Белки-40, Жиры-70, Углеводы-116	191-50

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



ОВЗ и инв. 5-11 классы от 12 лет Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс (1 и 2 смена)</u>			
100	Икра свекольная бпл пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-39
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-34
220/110	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	90-42
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
26,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-23
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-1 110, Белки-33, Жиры-69, Углеводы-87	132-52
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-67
300	Апельсин бпл	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24	54-00
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-317, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-45	84-68
Итого за день		Калорийность-1 427, Белки-45, Жиры-79, Углеводы-132	217-20

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  Брованова Н.В.